

12月に入り厳しい寒さが続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。
冬といえば、ウィンタースポーツ、雪、クリスマス、お正月等の行事が盛りだくさんの月です。
行事盛りだくさんな冬を楽しむためにも、この季節に流行するインフルエンザにならないよう気を付ける必要があります。
そこで今回はインフルエンザが流行する理由と予防について紹介します。

▶インフルエンザとは

インフルエンザの元である、インフルエンザウイルスは、もともと渡り鳥の腸内で増えるウイルスでしたが、人間の生活圏にいるアヒルや豚へと宿主を変えて感染を広げ、変異を繰り返した結果、人間にも感染するようになったといわれています。



▶インフルエンザはなぜこの季節に流行するのか

インフルエンザがこの季節に流行する理由として、2つの感染経路が原因となります。

1つ目は、感染者がくしゃみ・せきをした際に飛び散るツバによる「飛沫感染」

2つ目は、感染者の触ったものに第三者が触れることにより起こる「接触感染」

インフルエンザウイルスは、湿度が20%以下の乾燥した空気と、気温が20度以下という条件が重なった環境下で活発になる性質があります。寒さ対策のために窓を閉め切って暖房を使うことが増えると、インフルエンザウイルスが活発になりやすい条件がそろってしまうので、注意が必要です。また、寒くなって体が冷えると免疫機能も下がるため、インフルエンザウイルスに感染しやすくなるといわれています。



▶インフルエンザにならないための予防

1) 流行前のワクチン接種

早めに予防接種を受けることで感染しにくくなり、万が一感染しても重症化を防ぐことができます。

現在のインフルエンザワクチンは流行が予測される3つの型のワクチンをミックスしたもので、そのワクチンを打ったからといって、インフルエンザは変異しやすいためワクチンが流行ウイルスに適合しない可能性もあります。

2) 水分の維持

ウイルスの侵入を防ぐためには、こまめな水分補給も大切です。風邪やインフルエンザの原因となるウイルスは口や鼻から侵入します。鼻や軌道の粘膜表面は「綿毛」という小さい毛に覆われていて、この綿毛が小刻みに動くことで粘液に流れを作り、ウイルスや雑菌を咳やたんとして排出します。この綿毛は体の水分量が減るとうまく機能しなくなり排出力が低下してしまいます。そのため、こまめな水分補給が必要です。

3) 乳酸菌によるウイルスへの抵抗力向上

ヨーグルトや乳酸菌飲料には1073R-1乳酸菌やラブレ菌、FK-23乳酸菌といった菌が含まれています。これらの菌をとることで、病原体の侵入があったときに最初に働く免疫細胞のひとつ、「NK(ナチュラルキラー)細胞」の働きが高まったり、感染後の重症化が抑えられたりすることが確認されています。

4) 人混みや繁華街への外出を控える

人ごみの多い場所ではどうしても、接触感染や飛沫感染のリスクが増えるため控える方が良いのですが、どうしても必要な場合には、マスクを着用するなどして、防ぐようにしましょう。

また、外出した際はドアノブや商品その他大勢の人が手に触れる物を触ることが多く、外出後の手洗いを徹底することで、接触感染を防ぐことができます。



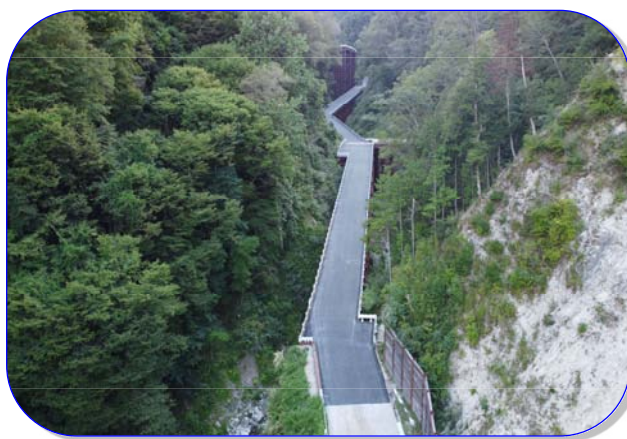
▶まとめ

変異を繰り返すことで毎年流行するインフルエンザですが、ご紹介した2つの感染経路からインフルエンザウイルスが体内に入りこまないように、流行前から対策をしておくことが重要です。また、インフルエンザ対策をすることによって同時にコロナウイルスに対する予防にも繋がります。インフルエンザウイルスとコロナウイルスに感染しない、感染させないためにも、上記に挙げた予防方法を日々心掛けて、たくさんある冬の行事を楽しみましょう。

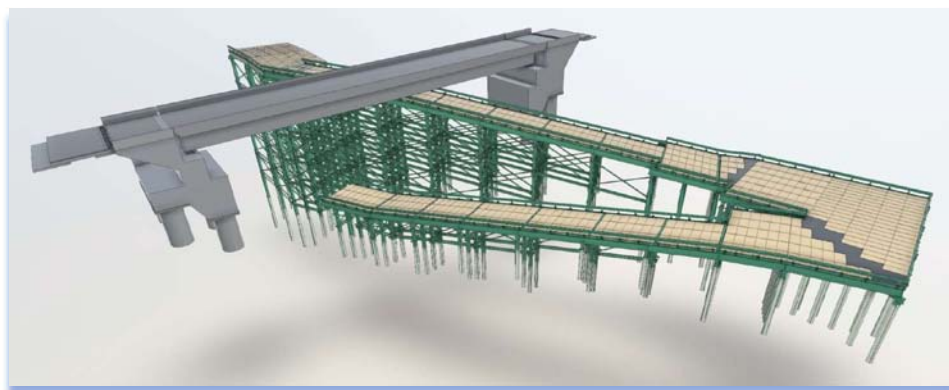
令和3年度 三遠南信牛首沢道路建設工事

昨年4月より進めて参りました『三遠南信牛首沢道路建設工事』が地域の皆様のご理解とご協力を頂き、完成することができました。工事期間中、ご迷惑をおかけしましたが大変お世話になりました。三遠南信自動車道の無事開通をお祈り申し上げます。

完成写真



3Dモデル



神稲建設株式会社

本社 飯田市主税町18番地

TEL 0265-59-7011

FAX 0265-59-7044

現場担当者

現場代理人 片桐 巧

監理技術者 仲田 俊司

令和4年度 三遠南信氏乗道路建設工事

令和4年度 三遠南信氏乗道路建設工事を施工しております、木下建設株式会社です。8月中旬より工事着手し、現在樽沢本線盛土部において、既設カルバートボックス上下流部の水路工事を行っております。本格的な氏乗工事用道路掘削工事及び樽沢本線盛土工事は来年3月頃を予定しております。工事期間中、近隣住民の皆様方にはご不便・ご迷惑をおかけするかとと思いますが、どうかご協力の程、宜しくお願い致します。



着工前状況

11月末現在



木下建設株式会社

飯田市松尾町1丁目22番地
TEL0265-22-2780

【現場事務所】

長野県下伊那郡喬木村氏乗
携帯080-7948-1817

【現場担当者】

現場代理人
吉川 剛
監理技術者
牧野内 淳志

令和4年度 三遠南信矢筈工事用道路建設工事

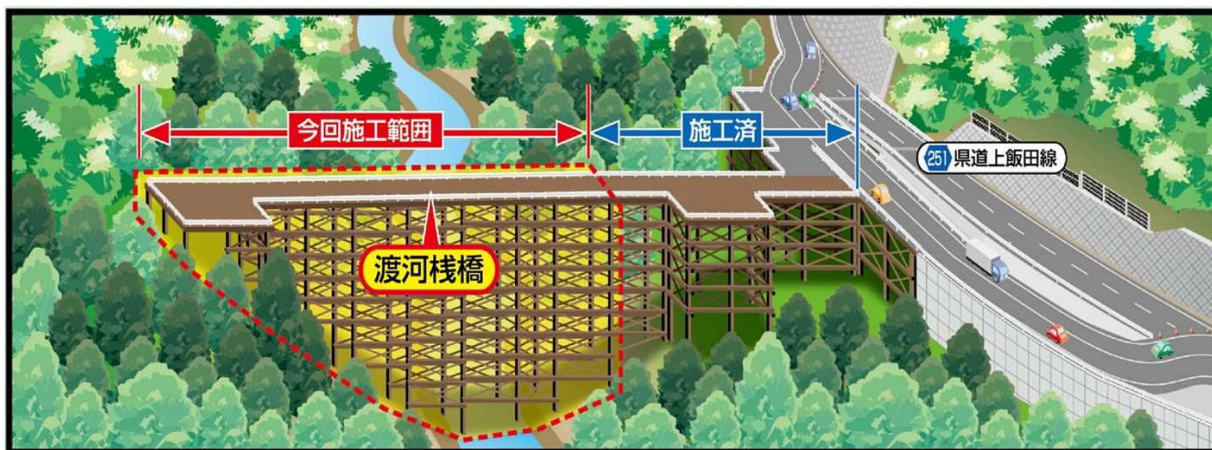
工事進捗状況

『令和4年度 三遠南信矢筈工事用道路建設工事』を施工しております、株式会社早野組です。

10月より工事を開始し、工事用仮橋の施工を進めております。現在9スパン中2スパンまで施工が完了しております。

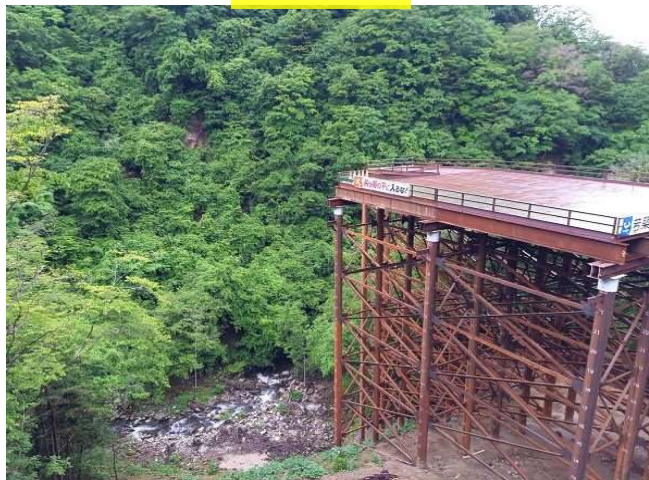
資機材の搬入出で沿道の皆様にはご迷惑をお掛けしますが、安全に配慮し工事を進めてまいりますので、ご理解ご協力の程よろしくお願い致します。

《イメージ図》

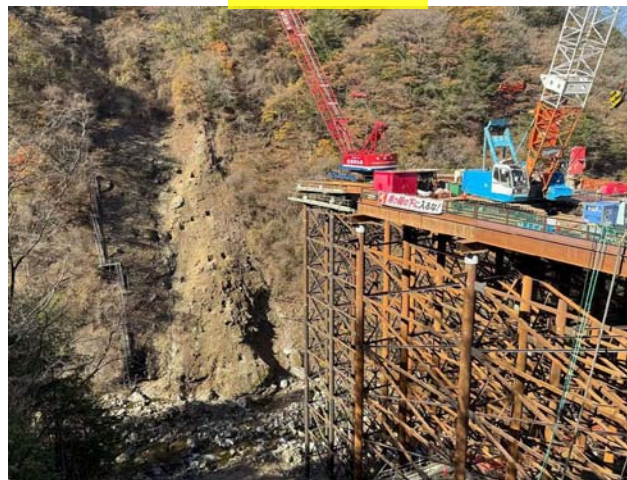


《現場進捗写真》

R5.6月撮影



R5.11月撮影



真心と確かな技術
株式会社 **早野組**

環境への想いをかたちに

【中部支店】
【TEL】
【FAX】
【現場担当者】

飯田市上郷飯沼1438-1 ダン・イナガキ1F
0265-22-3969
0265-52-2171
現場代理人：熊谷雄司
監理技術者：細田和也

令和4年度 三遠南信飯喬道路整備工事

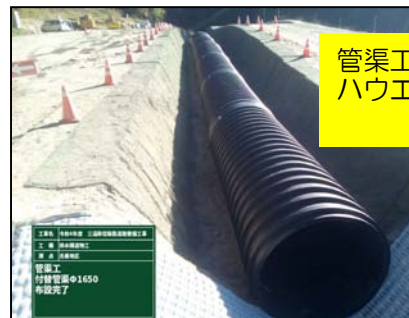
ご挨拶

4月より『令和4年度 三遠南信飯喬道路整備工事』の施工をしている長豊建設株式会社です。

この工事は工事箇所が点在しており、氏乗地区は残土処理場水路工事を進めています。飯田地区では、三遠南信本線の区間線工事が完了しました。

工事期間中は工事車両の通行等により地域の皆様方には大変ご迷惑をお掛けしますが、安全第一にて作業を進めて参りますので、ご理解とご協力のほどよろしくお願い致します。

氏乗地区

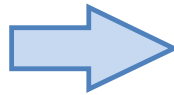


布製型枠工
ファブリフォーム



氏乗地区は管渠工、布製型枠工の施工が完了しました。

飯田地区



飯田地区は三遠南信本線の区画線工事が完了しました。

 **長豊建設株式会社**

[本社] 飯田市座光寺5558-1
[電話] 0265-52-1616

『現場事務所』

TEL 0265-49-0883
FAX 0265-49-0884

『現場担当者』

現場代理人：塩澤 義幸
監理技術者：松下 和信

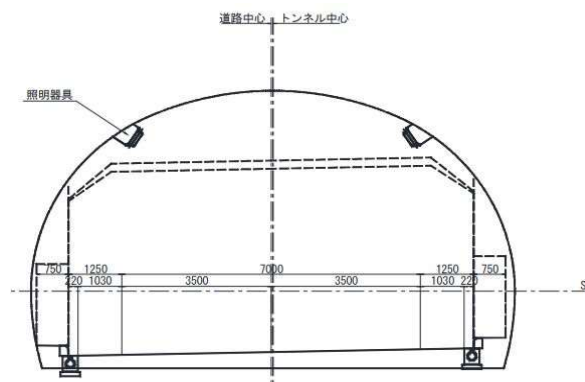


令和4年度 三遠南信6号トンネル工事

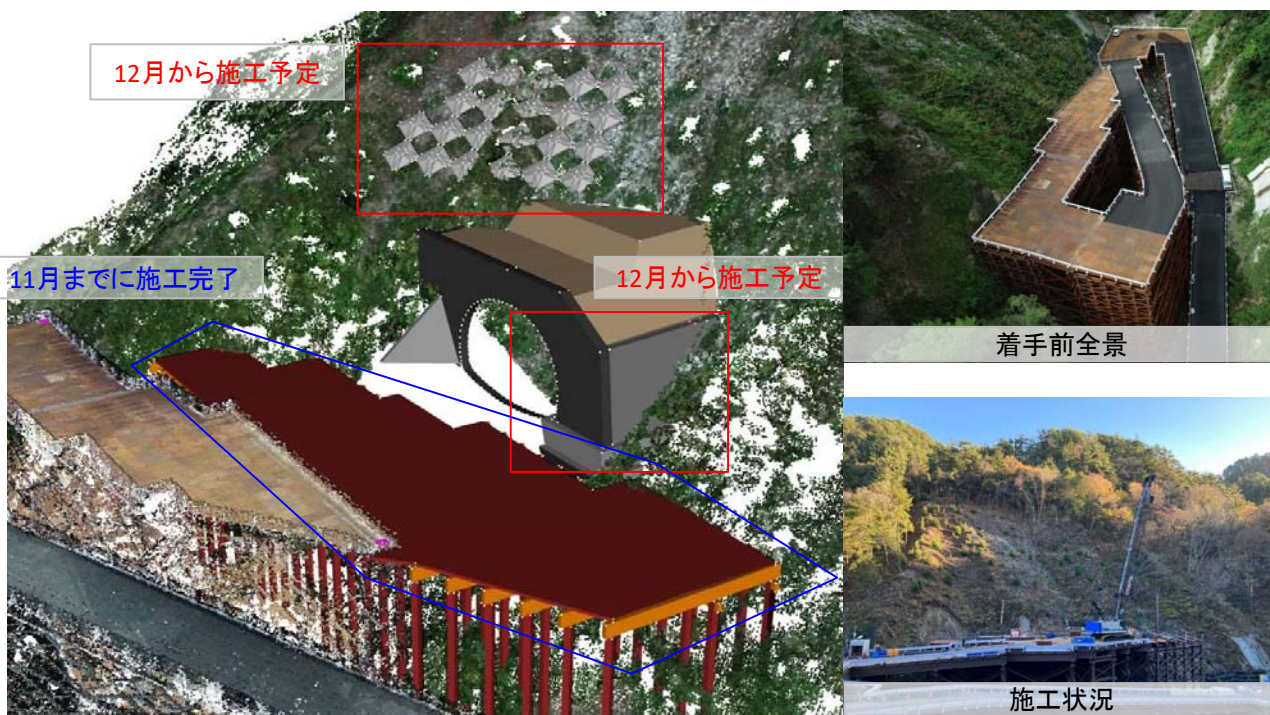
【令和4年度 三遠南信6号トンネル工事】を施工しております、株式会社大林組です。
本工事は、455mのトンネルをつくる工事です。現在、仮栈橋の施工が完了し12月から地すべり対策（アンカー工）とトンネルの入り口（坑門工）の施工予定です。工事期間中は、工事車両通行等で近隣の皆様方にはご迷惑をお掛けしますが、安全、環境を最優先し、工事を進めてまいりますのでご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。



6号トンネル起点側イメージ図



トンネル標準断面図



【三遠南信トンネル工事事務所】
TEL 0265-49-3531
FAX 0265-49-3532
現場代理人 中戸 敬明(080-2022-3232)
監理技術者 浅野 文典(080-5983-4029)

平成30年度 三遠南信池島トンネル本坑工事

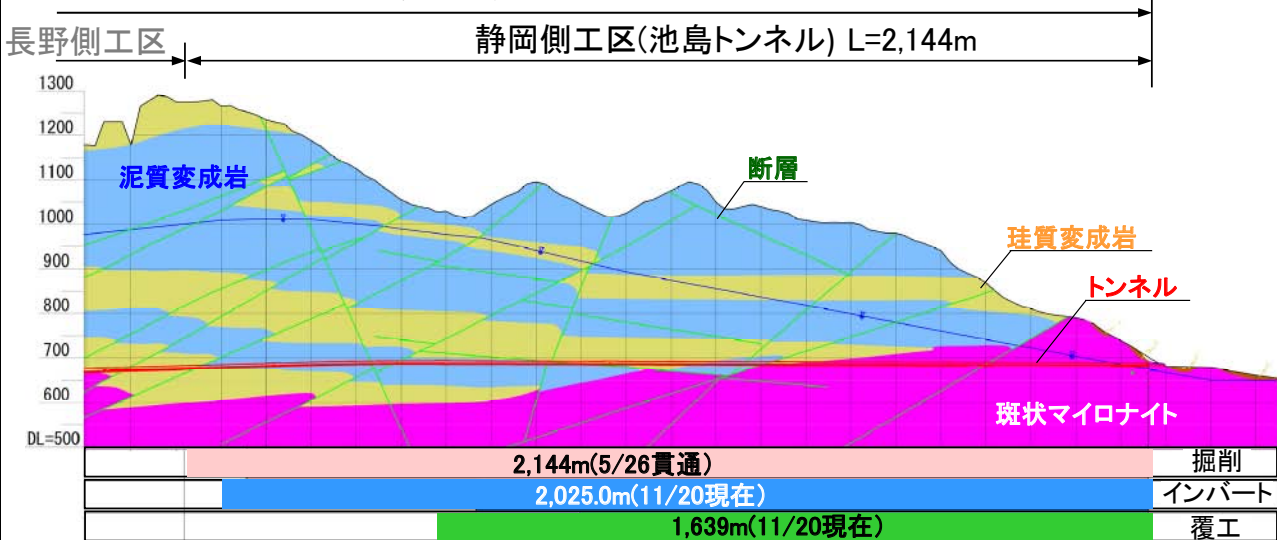
長野県と静岡県にまたがる全長4,998mのトンネルのうち、静岡県側工区（池島トンネル）L=2,144mを施工しています。2019年7月よりトンネルを掘り始め、2023年5月26日に無事貫通しました。

今後も引き続きインバート、覆工の施工を進めてまいります。



施工箇所位置図

トンネル全長 L=4,998m



進捗状況



掘削開始から丸4年、幾多の困難を乗り越えて、無事貫通した瞬間は心より感動しました。

切羽貫通

□連絡先

【名古屋支店】

〒460-0002

名古屋市中区丸の内1-8-20

TEL:052-204-1281

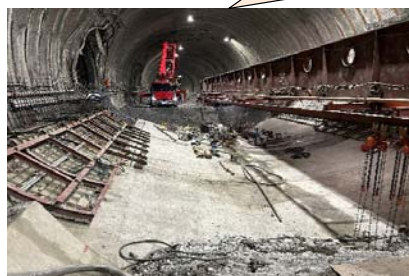
【現場事務所】

〒431-4101

静岡県浜松市天竜区水窪町奥領家5330-1

TEL:053-987-3560

トンネルの路盤の下にもコンクリートを打設して、将来的にも安全に走行できるよう努めています。



インバート施工状況

□現場担当者

私たちが担当します。

監理技術者	現場代理人
小林 雄二	永井 亮真



防水シート(漏水防止)を設置後、補強鉄筋を配置してから覆工コンクリートを打設しています。

防水シート・補強鉄筋状況



令和5年度 三遠南信八重河内道路建設工事

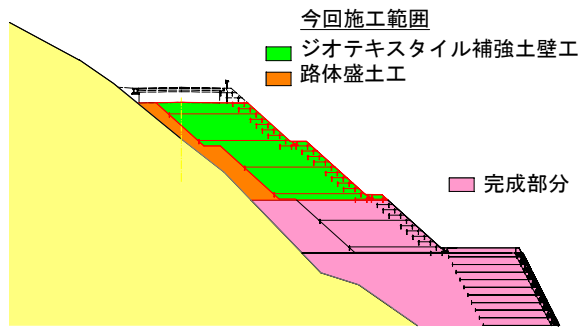
工事着手のご挨拶

この度、『令和5年度 三遠南信八重河内道路建設工事』を受注致しました、神稲建設株式会社です。今回の工事は、青崩峠道路工区における三遠南信道の道路新設工事であり、飯田市南信濃八重河内地先において、補強土壁工(ジオテキスタイル)を主とした施工を行います。工事期間中におきましては、近隣住民の方にはご迷惑をおかけしますが、安全第一・環境保全・一般者に配慮した施工を行ってまいりますので、ご理解、ご協力のほど宜しくお願い致します。

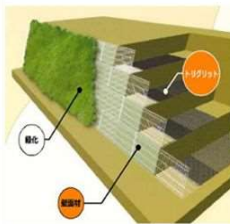
位置図



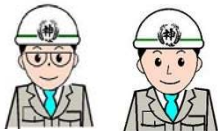
標準横断面図



ジオテキスタイル工



ジオテキスタイルは盛土内に敷設したジオグリッド・ジオネット等の補強材と盛土した土砂との間の摩擦抵抗によって、盛土の安定度を補う構造となります。標準法面より急な盛土や擁壁構造等とした土工構造物です。



ご協力よろしく申し上げます

現場担当者

現場代理人：市原 滉基

監理技術者：増田 健治

TEL 0265-59-7011

工事施工内容

道路土工 1式 擁壁工 1式 排水構造物工 1式

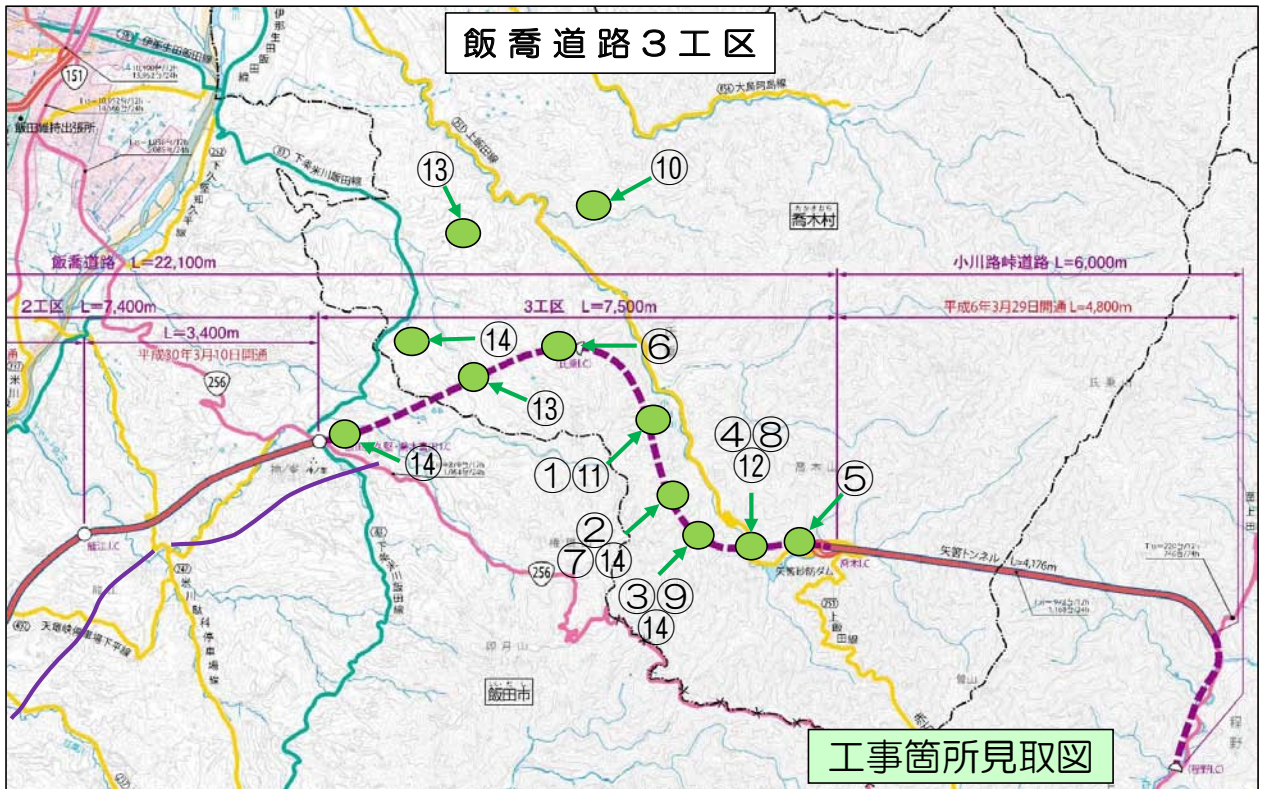
工期：令和5年 9月 27日 ~ 令和6年 9月 30日

大地、そして人、未来を語り今を創る

KUMASHIRO



くましろ
神稲建設株式会社



工事箇所見取図

マーク	番号	工事名	担当業者	工期	進捗率：11月末
	①	令和3年度 三遠南信 牛首沢道路建設工事	神稲建設(株)	R4. 3.31 ~ R5.10.31	100.0 %
	②	令和3年度 三遠南信 6号橋下部工事	吉川建設(株)	R4. 3.14 ~ R5.12.28	98.2 %
	③	令和3年度 三遠南信 7号橋下部工事	東急建設(株)	R3.11.24 ~ R6. 1.13	95.2 %
	④	令和3年度 三遠南信 8号橋下部工事	若築建設(株)	R4. 3.17 ~ R6. 3.29	25.0 %
	⑤	令和4年度 三遠南信 矢筈道路建設工事	吉川建設(株)	R4. 8. 1 ~ R6. 5.31	20.5 %
	⑥	令和4年度 三遠南信 氏乗道路建設工事	木下建設(株)	R5. 4. 3 ~ R7. 2.28	9.9 %
	⑦	令和4年度 三遠南信 6号橋鋼上部工事	矢田工業(株)	R5. 2.14 ~ R6. 2.28	23.7 %
	⑧	令和4年度 三遠南信 矢筈工事用道路建設工事	(株)早野組	R5. 3.28 ~ R6.10.31	22.7 %
	⑨	令和4年度 三遠南信 7号橋下部工事	吉川建設(株)	R5. 4. 3 ~ R6.12.28	0.0 %
	⑩	令和4年度 三遠南信 飯喬道路整備工事	長豊建設(株)	R5. 4. 3 ~ R6. 2.28	66.7 %
	⑪	令和4年度 三遠南信 6号トンネル工事	(株)大林組	R5. 3. 4 ~ R7. 2.28	7.8 %
	⑫	令和4年度 三遠南信 8号橋下部工事	若築建設(株)	R5. 3.22 ~ R6.11. 2	20.5 %
	⑬	令和4年度 三遠南信 富田道路建設工事	(株)ヤマウラ	R5. 4. 3 ~ R6. 4.30	34.9 %
	⑭	令和5年度 三遠南信 飯喬道路整備工事	吉川建設(株)	R5. 7.20 ~ R6. 2.29	23.0 %



三遠南信工事連絡協議会飯喬道路支部で、左記の看板を作成しました。この看板には、地籍名と地籍ごとに分けた食材（主にフルーツ）の絵が書かれています。Aの上久堅入口からHの矢筈入口まで計8箇所あり、道路沿線の現場入り口に設置し、各現場の場所をわかりやすくしました。

A：上久堅		E：牛首沢	
B：小手沢・大入沢		F：小豆沢	
C：くるみ沢		G：二日洞	
D：雨沢		H：矢筈	



工事箇所見取図

番号	工事名	担当業者	工期	進捗率：11月末
①	平成30年度 三遠南信 池島トンネル本坑工事	(株)安藤・間	H30. 8.10 ~ R7. 3.24	82.4 %
②	平成30年度 三遠南信 小嵐トンネル本坑工事	五洋建設(株)	H30. 8. 9 ~ R6.11.10	97.0 %
③	令和5年度 三遠南信 八重河内道路建設工事	神稲建設(株)	R5. 9. 27 ~ R6. 9.30	14.7 %
④	令和5年度 三遠南信 此田道路建設工事	小池建設(株)	R5. 7.12 ~ R6. 2.29	70.9 %
⑤	令和4年度 三遠南信 小嵐道路建設工事	神稲建設(株)	R5. 3.22 ~ R6. 2.29	73.6 %
⑥	令和4年度 三遠南信 飯田国道管内道路整備工事	神稲建設(株)	R5. 4. 3 ~ R6. 2.28	75.0 %

【連絡先】

☆ 飯喬道路3工区

吉川建設(株) 三遠南信 7号橋下部工事作業所内
 令和5年度 三遠南信工事連絡協議会
 飯喬道路支部

TEL 050-5530-4469 FAX 050-5530-4469
 E-mail : ys0849@yoshikawaken.co.jp

☆ 青崩峠道路工区

五洋建設(株) 三遠南信 小嵐トンネル本坑工事作業所内
 令和5年度 三遠南信工事連絡協議会
 青崩峠道路支部

TEL 0260-31-0511 FAX 0260-31-0512
 E-mail : hidekazu.aoki@mail.penta-ocean.co.jp

